

Hur konstrueras den kvinnliga identiteten?

Om kvinnornas förhållande till matlagning och ätande

KIRSI BROSTRÖM, fil.mag, är nyligen utexaminerad från institutionen för nordisk etnologi vid Åbo Akademi. Har undersökt bl.a. kvinnliga strategier gällande matval, ätande och upplevelse av sin egen kropp. Centrala områden i hennes forskning är också teman som bantning och ätstörningar behandlade ur socio-kulturell synvinkel. Hennes pro gradu-avhandling (magisteravhandling) heter Kvinnlighet på liv och död. En studie av unga kvinnors förhållande till mat, ätande och till sin kropp.

från att ha varit en självklarhet har maten, matlagningen och ätandet blivit ett problematiskt och känsligt ämne för allt flera kvinnor. Många kvinnor upplever i dag att deras liv styrs och kontrolleras av mat och ätande, eller snarare sagt av det som man inte får eller borde äta. I den här artikeln behandlas kvinnornas matlagningsvanor och deras förhållande till mat och ätande. Jag hoppas att detta perspektiv belyser den kvinnliga identitetens problematik och berättar någonting väsentligt om matens betydelse i konstruktionen av kvinnlighet. Många, om inte de flesta problem, som kvinnorna i dag har, har sitt ursprung i maten.

Artikeln baserar sig delvis på min pro gradu-avhandling (magisteravhandling) i nordisk etnologi som jag utarbetade under hösten 1999. För att samla in material för avhandlingen utsändes en frågelista, som bestod av tre sidor med ostrukturerade, öppna frågor.¹ De flesta mottagare var kvinnliga universitetsstuderande födda på 1970-talet. Frågelistmaterialet, som här analyseras, innehåller femtio skriftliga svar vars omfattning varierar från en till femton sidor, alltså ett relativt omfattande material.

MATLAGNING – ETT KVINNOGÖRA?

I sin avhandling *Kost, klass och kön* har sociologen Marianne Ekström undersökt bl.a. arbetsfördelning i köket och kommit till den slutsatsen att det är "mamma" som mestadels står för matlagningen i hushållet oberoende av familjens klasstillhörighet eller omfattningen av kvinnans eget

Kökspiga. Pieter Pieterz, tillskriven, 1540–1603. Olja på trä. Nationalmuseum. Illustration ur ÄTbART: Ögats och bordets fröjder, Lisbet Ekberg & John Rosell (red.), Forum och Nationalmuseum, 2000.

yrkesarbete. Köket är en kvinnodominerad arbetsplats, där männen ibland kan hjälpa till, men knappast tar ansvar för den dagliga maten. Nästan inga fäder tar på sig ett kontinuerligt ansvar för att se till att uppgifterna med mat blir ordentligt utförda. Det drabbar inte fadern om uppgifterna blir dåligt utförda, utan det är kvinnan som i så fall är en dålig husmor.²

Vad kan en sådan arbetsfördelning i hemmet bero på? Varför är det kvinnor som oftast bär huvudansvaret för matlagningen? Är matlagningen en slags naturlig kvinnlig gåva? Varför överlämnar kvinnorna inte i större utsträckning ansvaret för maten till mannen i hushållet? För att svara på frågan har Marianne Ekström introducerat begreppet "att ha skafferiet i huvudet", med vilket hon menar, att kvinnan oftare än mannen har reda på vad som finns hemma i förråden och vad som är lätt tillgängligt.

Med de ovannämnda kunskaperna kan hon börja planeringen av måltiden redan flera timmar på förhand. Att ha kontroll över råvarorna kan av kvinnorna uppfattas som en maktfråga, men man kan också se det på ett annat sätt, nämligen så att kvinnorna tar på sig en börda. De är tvungna att ha ansvar för mathållningen och den del av ekonomin som följer med ansvaret.³

Enligt min studie lagar kvinnorna ofta inte lagar åt sig själva, utan maten är först och främst något som man lagar åt andra. Frågan är vem som egentligen bestämmer över maten i familjen? Kvinnan lägger ner mest tid på maten, men bestämmer hon över den? Samhället ger ofta via medierna bilden att kvinnan skall vara smal och attraktiv, men samtidigt ge man och barn god och närande mat. Här riktas uppmärksamheten på avståndet mellan ideal och verklighet, något som ofta gör sig gäl-

lande just inom matens och kvinnlighetens område.

MATLAGNING OCH KVINNLIG IDENTITET

Att laga och servera den dagliga maten är, som redan tidigare nämndes, först och främst kvinnornas arbete och ansvar. Matlagningen kan också ses som en fast del av den kvinnliga identiteten. Den traditionella kvinnliga identiteten karakteriseras av ett osjälviskt givande och av att tjäna andra människors behov. Detta kan ses som ett problem för kvinnor, eftersom vår kultur ger tjänandet av andra människor en låg status, vilket leder till nedvärdering av kvinnokunskapen. Bakgrunden till föreställningen om den givande modern är säkert kvinnans arbete i vardagen, som innebär att det är hon som har ansvaret för att maten kommer på bordet. Detta kan ofta ses som en naturlig förlängning av kvinnans förmåga att amma. Troligen handlar denna traditionella föreställning mera om den kulturellt konstruerade könsidentitet, som bestämmer kvinnans plats i samhället. Eller kanske är den givande sidan av morsrollen någonting som kvinnorna önskar att behålla. Någonting som trots allt upplevs positivt och tillfredsställande.

Förmågan att laga en ordentlig måltid åt man och barn upplevs säkert av många kvinnor som en grundläggande aspekt av att vara hustru och mor. Mycket tyder på att det är speciellt matlagningssdelen av allt hushållsarbete, som kvinnan vägrar att ge upp, eftersom hon upplever matlagningen som en viktig del av sin könsidentitet. Den norska sociologen Elisabeth Furst betraktar matlagningen som ett slags kreativt arbete eller en process, och detta kan också

förklara sambandet mellan matlagningen och förstärkandet av den kvinnliga identiteten. Matlagningen innehåller symboliska drag, och att omforma maten från natur till kultur, från råmaterial till ätbar maträtt, ger möjlighet till att uttrycka känslor och behov, kreativ utveckling och nyskapande.⁴

ROLLFÖRDELNINGEN

I INFORMANTERNAS KÖK

I det följande diskuteras informanternas åsikter om rollfördelningen i deras kök. I de hushåll, där informanten bor i ett samboförhållande, är det förvånansvärt ofta mannen som lagar maten eller åtminstone delar man detta ansvar. Många som hör till de yngre generationerna, såväl män som kvinnor, lever såpass självständigt att de redan tidigt måste lära sig att klara sig ensamma.

När man i dag flyttar hemifrån, bor många ofta ensamma en tid. Män är tvungna att själv sköta sitt hushåll, och lär sig också matlagningskonsten. Huslig ekonomi i skolorna ger både flickor och pojkar goda färdigheter för det senare livet. Informanterna nämner bara sällan att mannen p.g.a. bristande kunskaper i matlagning inte deltar i denna syssla, det är snarare fråga om ett bristande intresse eller om att man har slunkit in i det gamla traditionella rollmönstret. Sådana saker grundläggs genast i början av ett förhållande och är svåra att senare förändra, även om man skulle vilja det.

I frågelistan fanns det en fråga om kvinnornas inställning till talesättet "*Kvinnans plats är i köket*". Detta verkar vara ett känsligt ämne även för kvinnor i relativt ung ålder, som antagligen inte har varit tvungna att stå i köket. Informanterna för-

håller sig väldigt tudelat till detta talesätt. Å ena sidan säger de att talesättet inte längre är aktuellt i dagens samhälle, men å andra sidan blir de ändå upprörda över det:

"Kvinnans plats är i köket" är det sämsta talesättet som finns, näst efter "Kvinnan tige i församlingen". Jag kan inte ens föreställa mig ett liv där jag skulle vara bunden vid kokning, städning, tvättning dagarna i ända [...] (M 5460:47).

[...] ett förskräckligt talesätt som borde vara dött och begravet vid det här laget. Det gör mig jätteupprörd! (M 5460:29).

De flesta informanter anser att talesättet hör ihop med den tid, då männen arbetade och kvinnorna var hemma med barnen. Talesättet anses framhäva att kvinnans arbetsplats fortfarande skulle vara köket och hushållet på samma sätt som det var förr. Enligt informanterna är det ett föråldrat uttryck, som på ett nedlåtande sätt antyder, att kvinnan inte skall göra annat än sköta hemmet och laga mat. De anser att med hjälp av detta talesätt vill man stänga in kvinnan hemma och hindra henne att delta i det samhälleliga beslutsfattandet.

Men informanterna medger emellertid att talesättet fortfarande tillämpas, oftast av män som inte kan eller ids laga mat. Eller också av kvinnor, som inte vill att män skall vara bättre i matlagning än de själva är. Även om kvinnans plats inte längre är i köket, är det ändå i de flesta fall hon som har reda på ordningen i köket. Hon ordnar kärl och kryddor enligt sitt eget tycke och fyller förråden. Ofta är det också hon som organiserar inköp även om det skulle vara mannen som lagar maten. Detta är emellertid inte så entydigt, vissa tycker fortfarande att en riktig kvinna skall och kan laga mat:

Jag anser att det är kvinnans uppgift att laga mat och jag tror att det kommer att bli jag som mer ofta lagar mat när vi är gifta (M 5460:43).

Jag anser nog att en riktig kvinna lagar sin mat själv. Matlagning kräver intelligens och det har kvinnan mycket av! (M 5460:20).

Informanterna spekulerar också om det är ett biologiskt faktum, som ligger bakom talesättet. De anser att kvinnans hjärna kanske är skapad på ett sådant sätt, att den bättre klarar av att kombinera saker och ting, att göra många olika saker samtidigt. Detta kanske för att hon traditionellt har varit den som tar hand om barnen och varit tvungen att utföra även många andra saker vid sidan av barnpassningen. Barnets behov, t.ex. hunger, måste fyllas även om kvinnan skulle ha andra sysslor på gång. Detta har säkert lärt kvinnan att organisera hushållsarbetet:

Ett helt biologiskt faktum som ofta leder till att kvinnan gör hushållsarbete är att hennes hjärna klarar bättre av att kombinera arbeten [...] Då blir det ofta så att kvinnan inte orkar se på hur långsamt och oeffektivt mannen jobbar med hushållsarbete och helt enkelt fortsätter och låter honom sitta i soffan och se på TV (M 5460:23).

[...] rent generellt är kvinnan säkert effektivare i köket, dels pga uppfostran, dels pga bättre simultanförmåga, men för den skull är det inte hennes plikt att stå i köket (M 5460:6).

FETTHALT OCH SMAK

VIKTIGA ASPEKTER VID

INFORMANTERNAS MATLAGNING

När mina informanter berättar om viktiga delar i matlagningen, nämns ofta smak, fetthalt och kostnader. Det är svårt att säga vilken aspekt som är den viktigaste, alla betonas nästan lika mycket. Fett anses

som något onödigt av de flesta, och det betonas rätt mycket, att maten skall vara fettfri om bara möjligt. Många väljer ett lättare alternativ om sådant finns eller säger att de inte köper t.ex. grädde eller pommes frites varje dag och försöker på det sättet att hålla fetthalten på en lämplig nivå. Några informanter säger att kroppen mår bäst om den får riktiga ingredienser i stället för de lättare, ofta konstgjorda alternativen. Dessa informanter menar att kroppen behöver en viss mängd fett, salt och socker för att kunna fungera.

Smak är också en viktig aspekt, många informanter använder mycket kryddor och gillar kryddstark mat. Även om maten enligt de informanter som studerar skall vara rätt förmånlig, måste den ändå smaka gott. Många säger också att de skulle laga litet dyrare och mera omväxlande mat om de hade råd. Vid veckoslut och festligare tillfällen är smaken den viktigaste aspekten, då kan man spendera litet mera pengar på maten om bara möjligt, och då är man inte heller så noga med fetthalten. I det följande berättar två studenter om vad som är viktigt i deras matlagning:

I min matlagning är det rätt så viktigt med hur hälsosam maten är och också vad den smakar samt vad den kostar. Jag har inte råd att laga fina mångsidiga maträtter varje dag. Jag skulle vilja ta den ekologiska sidan i beaktan mera, men det är inte så lätt (M 5460:31).

Smak, fetthalt och ekonomin spelar in i min matlagning. Mat bör smaka bra och innehålla lite (minimalt) fett. Plänboken sätter ibland gränser för vad man köper hem man jag anser inte att man kan spara in på mat (M 5460:13).

Som vi ser, anses även etiska och ekologiska aspekter vara viktiga av informanterna. De flesta informanter säger att de bättre skulle ta hänsyn till de ekologiska aspekterna, om ekologiskt odlade matva-

ror kunde fås lättare och till samma pris som de vanliga matvarorna. Särskilt som student måste man vara noga med ekonomin även på bekostnad av dåligt samvete.

MAT PÅ LIV OCH DÖD DEN TUDELADE MATEN

Även om endast få av mina informanter direkt lider av någon ätstörning, har flera ett mycket problematiskt förhållande till mat och ätande. Dessa kvinnor upplever att maten styr deras liv, de tänker hela tiden på mat. Speciellt problematiska uppfattas situationer, när man inte har någonting att göra, då ens tankar hela tiden kretsar runt mat och ätande. Många av de här kvinnorna säger att det stora problemet med maten är att de inte kan lämna mat på tallriken, utan de känner sig på något sätt tvungna att äta upp all mat, även om man inte egentligen skulle ha lust eller orka mer. Efter detta känner kvinnan sig proppmätt och har dåligt samvete för att hon inte kunde sluta i tid.

Informanternas humör beror ofta på mängden av och kvaliteten på den mat de ätit. De känner sig glada och nöjda om de äter litet och rätt sorts mat, men är missnöjda och på dåligt humör om de har ätit mycket och fel sorts mat. Detta är också något som är väldigt intressant. Många informanter indelar maträtterna strikt i goda och onda. Av den goda dvs. fettsnåla maten får man äta passande mängder utan att få ett dåligt samvete, men om man tar av den onda, dvs. av den mycket fetthaltiga maten, mår man både fysiskt och psykiskt dåligt.

Detta har inte så mycket med själva matens mängd att göra, utan beror snarare på matens fettinnehåll. Många bantningskurer baserar sig ju på tanken att maträtter

eller matingsredienser delas in i två eller flera grupper beronde på hur nyttiga, dvs. tillåtna och onyttiga, dvs. förbjudna de är. Av den nyttiga maten får man äta relativt fritt, men det rekommenderas att man inte äter av den onyttiga. Om man äter av den onyttiga feta maten, måste man genast kompensera det på något sätt, antingen med hjälp av motion eller med att äta mindre i framtiden. Detta leder till att ätandet går upp och ner, turvis äter man för mycket och sedan svälter man igen. Jag har själv upplevt detta som problematiskt, eftersom man genast får dåligt samvete hur litet man än äter av den förbjudna maträtten. Det blir svårt att njuta av någon extra t.ex. av en oskyldig godbit när man hela tiden känner att man gör något som egentligen är förbjudet. På det sättet görs maten till något tvetydigt:

Mitt förhållande till maten är komplicerad. Jag vet att jag äter för mycket och äter fel, men jag kan inte låta bli. Som min kompis sa: "Andra äter för att leva, men du lever för att äta". Jag tänker ofta på mat och njuter av att äta gott fast jag sedan kan få ett väldigt dåligt samvete (M 5460:29).

Långt ifrån alla informanter hade ett problematiskt förhållande till mat och ätande. Många var av den åsikten att de ibland äter för mycket, men de ser det inte som något problem, utan de njuter av maten utan att få ett dåligt samvete. Maten betraktas t.ex. som ett sätt att belöna sig själv. Den kan också vara ett sätt att njuta eller koppla av. Många kvinnor säger också, att de tänker mycket på mat, men då har detta med matlagningsintresse eller kulinarism att göra.

Maten problematiseras inte av de här kvinnorna och blir inte heller betraktad som en fix idé. Man planerar t.ex. kommande måltider, läser recept eller annars

diskuterar om god mat med vänner. Dessa kvinnor äter gärna i sällskap och betonar matens sociala betydelse, maten betraktas som en förmedlande länk mellan människor och har på det sätt en relationsskapande funktion:

Jag tycker om att laga mat. Jag är kulinarist och har även bekantat mig med viner. På vardagarna äter jag så att jag blir mätt, under veckoslut lagar jag mat och njuter av maten och sällskapet (M 5460:10).

AVSLUTNING

I den här artikeln har kvinnligheten, kvinnokroppen och den kvinnliga identiteten behandlats genom maten. Avsikten har varit att visa att maten kraftigt påverkar hela den kvinnliga livs- och erfarenhetssfären både på ett samhälleligt och på ett individuellt plan. Det hela handlar sist och slutligen just om samhällets och mediets definition av kvinnokroppen och den ideala kvinnligheten. Det är samhället som via media och den kultur vi lever i har format uppfattningen om den åtråvärda kvinnotypen. Dagens smala skönhetsideal ställer svåruppnåeliga krav på många kvinnor och påverkar samtidigt hela den kvinnliga livssfären.

Kvinnligheten borde sist och slutligen ha mest med kvinnans inre att göra, de yttre ramarna skapas och upprätthålls av samhället. Därmed är ramarna också kulturellt konstruerade och ständigt utsatta för förändringar. Många kvinnor känner sig i dag endast som objekt för andras blick och definitioner i stället för att vara det aktiva subjektet, något som hon kanske själv strävar efter. Kvinnan kan emellertid bli ett subjekt först då hon själv börjar bestämma över sig själv och se sig själv med egna kvinnoögon, inte med den

rådande kulturens mansögon. Hon måste lära sig att respektera den kropp som hon faktiskt har med alla de känslor som det innebär. Maten och ätandet, att äta och inkorporera mat, som har varit ett av de centrala temana i den artikeln, handlar sist och slutligen om accepterandet av de egna känslorna, även om de skulle vara svåra och obehagliga. För kvinnorna gäller det att acceptera sin kvinnlighet och förstå att hon inte kan överskrida sin kroppslighet genom att göra maten till ett problem.

NOTER

- ¹ "Frågelista om kvinnors förhållande till mat och till sin kropp", KIVÅ M 5460 och KIVÅ FM 6928, Etnologiska institutionen vid Åbo Akademi.

² Ekström 1990, s. 93, 179–181.

³ Ekström 1990, s. 146–147.

⁴ Fürst 1995, s. 159–161.

KÄLLOR OCH LITTERATUR

Otryckta källor:

Åbo

Etnologiska institutionen vid Åbo Akademi.

Manuskriptarkivet: KIVÅ M 5460, KIVÅ FM 6928.

Tryckta källor och litteratur:

Caplan, Pat, 1994. *Feasts, Fasts, Famine: Food for Thought*. Exeter: Short Run Press Ltd.

Ekström, Marianne, 1990. *Kost, klass och kön*. Umeå Studies in Sociology No. 98. Umeå: Umeå universitet.

Ekström, Marianne; Fürst, L., Elisabeth; Holm, Lotte; Kjærnes, Unni & Prättälä, Ritva (red.), 1991. *Palatable Worlds: Sociocultural Food Studies*. Oslo: Solum Forlag.

Fürst L., Elisabeth, 1995. *Mat – et annet språk: Rasjonalitet, kropp og kvinnelighet*. Oslo: Pax Forlag A/S.

Lundgren, Britta, 1990. "Etnologi och kvinno-forskning." I: *Rig* 3:1990.

Lupton, Deborah, 1996. *Food, the Body and the Self*. Trowbridge, Wiltshire: SAGE Publications.

Mennel, Stephen; Murcott, Anne & van Otterloo, Anneke, 1992. *The Sociology of Food: Eating, Diet and Culture*. London.

Schwartz, Hillel, 1986. *Never Satisfied: A Cultural History of Diets, Fantasies and Fat*. New York: The Free Press.

SUMMARY

*How to construct the female identity?
– Women's relationship to cooking
and eating*

The aim of this article is to analyze and discuss women's relationship to food, eating and cooking. I assume that food and eating practices have a primary role in the development and maintenance of femininity and women's identity, experienced through the body and the emotions. For the women, food and eating habits and preferences are not just matters of "fuelling" themselves. These are central aspects to women's subjectivity and their experience of embodiment. That is why the meanings, discourses and practices around food and eating are worthy of interpretation. I am discussing the division of labour (cooking) and the responsibility within the family which are essential objects of study when focusing on the relationship between men and women.

This article is in part based on my diploma work in nordic ethnology which was finished during the autumn 1999. To collect material for the diploma work I used a questionnaire ("A questionnaire about women's relationship to food and their bodies") with three pages of open questions. Most of the recipients were female university students, born in the 1970's. In analyzing the answers it is important to remember that they are not simply the subjective property of individuals but are also part of a shared sociocultural experience about being a woman in today's society.